Muncă și gînduri pentru J. O. de la Tokio

Exigență în antrenamente și în analiza competițiilor

PE TEME ACTUALE

Mai sînt 158 de zile pînă la deschiderea Jocurilor Olimpice de la Tokio. Sportivii romîni au început o nouă lună de muncă asiduă, de pregătire intensă. Calendarul competițional este și el mult mai bogat decît pînă acum. Ca urmare, luna mai cere „olimpicilor" noștri și mai multă seriozitate la antrenamente, evoluții cît mai concludente în diferitele întreceri interne și internaționale.

Subliniind din nou necesitatea organizării unui număr cît mai mare de competiții, la care să participe cît mai mulți dintre sportivii noștri fruntași, credem că trebuie avute în vedere și alte DOUĂ IMPORTANTE OBIECTIVE.

Este vorba în primul rînd de o și mai exigentă muncă de organizare și sprijinire a antrenamentelor, în sensul unui control permanent și eficient. Colaborarea dintre antrenor, metodist și medic trebuie să se manifeste și în această direcție cu toată exigența, combătîndu-se cu fermitate tendințele de slăbire a ritmului de pregătire sau dimpotrivă excesul, subaprecierea sau invers, supraaprecierea rezultatelor. Trebuie să se manifeste o atenție deosebită față de acei sportivi care consideră că performanțele anterioare, experiența lor, le pot permite să privească liniștiți... filele calendarelor. Nimic mai greșit! In această perioadă în toate țările lumii candidații olimpici își desfășoară pregătirile într-un ritm deosebit de ridicat și nici cei mai mari favoriți ai diferitelor probe nu-și pot îngădui momente de „relaxare".

Credem că în această direcție ar trebui urmat exemplul pe care unii dintre sportivii noștri, deținători ai unor performanțe valoroase, îl oferă prin seriozitatea și hărnicia muncii lor de pregătire: canoiștii și caiaciștii, voleibaliștii, trăgătorii de la pistol viteză etc.

Cea de a doua problemă care trebuie să rețină atenția colectivelor de tehnicieni și chiar a sportivilor înșiși se referă la concluziile și învățămintele care trebuie trase după fiecare mare întrecere internă, după fiecare competiție internațională de verificare.

Trebuie pornit de la analiza realistă a fiecărei evoluții a sportivilor noștri, de la aprecierea fiecărui succes în raport cu valoarea adversarului, cu stadiul de pregătire, cu îndeplinirea obiectivelor și sarcinilor corespunzătoare fiecărei etape în parte. Considerăm că trebuie procedat așa cum s-a făcut, de exemplu, după întîlnirea gimnastelor noastre cu cele poloneze. Concursul din sala Floreasca s-a încheiat cu victoria sportivelor romînce, dar întrecerile au reliefat evident și rămîneri în urmă în pregătirea gimnastelor noastre. Și este bine că tocmai asupra acestor lacune colectivul de specialiști și-a îndreptat toată atenția, insistînd mult mai puțin — numai atît cît era necesar — în aprecierile pozitive.

De un real folos a fost, privit prin această prismă, recentul turneu de box cu pugiliștii coreeni, în care de asemenea scorul ne-a fost favorabil. Și în acest caz s-au tras concluzii prețioase cu privire la stadiul actual de pregătire a boxerilor noștri, la posibilitățile reale ale unora dintre componenții lotului olimpic A și B, creîndu-se astfel posibilitatea de a se lua măsuri din timp în vederea viitoarelor întîlniri, a Jocurilor Olimpice.

In plin sezon competițional se recomandă ca această metodă de muncă să stea la baza analizei tuturor întrecerilor la care vor participa sportivii noștri, analiză în care nu au ce căuta menajamentele sau scuzele, ci în care trebuie să existe — ca un fir conducător — dorința de a sesiza din timp toate deficiențele, de a acționa cu hotărîre în direcția lichidării lor.

Luna mai constituie — prin multitudinea problemelor de pregătire și de participare la activitatea competițională — o etapă deosebit de importantă pentru cei mai mulți dintre componenții loturilor noastre olimpice, o etapă la sfîrșitul căreia dorim să consemnăm cît mai multe norme îndeplinite, performanțe și comportări cît mai valoroase.

S. P.

Cu 10 kg peste norma olimpică

5 minute cu Ștefan Achim, secretar general al F. R. H.

Cele 5 minute solicitate secretarului general al federației de haltere au avut ca subiect ultimul rezultat obținut de Lazăr Baroga în recenta întîlnire internațională de la Cluj.

— Cum apreciați valoarea actuală a campionului nostru ?

— *Chiar dacă n-ar fi realizat rezultatul de 455 kg colectivul de tehnicieni ar fi acordat aceeași apreciere pozitivă lui Lazăr Baroga. În lunile de iarnă el a muncit foarte mult pentru dezvoltarea forței și a rezistenței și performanțele erau normal să urmeze acestei asidue activități de pregătire.*

— Ce reprezintă noul său record ?

— *Pentru Baroga un important pas pe drumul său ascendent. Și pentru că a venit vorba de acest drum vreau să amintesc că, de fapt, el a început să fie marcat de performanțe în anul Olimpiadei de la Roma. La campionatele europene de la Milano Lazăr Baroga a obținut locul III (427 kg) cucerind, primul dintre halterofilii noștri, medalia de bronz.*

— Recapitulați-ne, pe scurt, evoluția rezultatelor din ultimii ani.

— *Deci, după 427 kg în 1960 au urmat : 430 kg în 1961, 435 kg în 1962, 445 kg în 1963. Nu voi aminti pentru anul 1964 rezultatul de 455 kg pe care-l consider susceptibil de serioase modificări. Cu atît mai mult cu cît, să nu uităm, el a fost realizat la începutul sezonului.*

— Vă rugăm totuși să comentați noul record.

— *Performanța realizată în cadrul categoriei semigrea de Baroga depășește cu 10 kg norma olimpică pe 1964. Totodată, vreau să arăt că acest rezultat se înscrie printre cele mai bune șase performanțe mondiale ale anului. Este un succes pentru*



LAZĂR BAROGA

care atît Lazăr Baroga cît și antrenorul său Gh. Mănăilescu merită toate felicitările.

— În încheiere, o referire la acele... modificări de care aminteați !

— *După părerea mea, Lazăr are toate perspectivele să „meargă" mai departe. Consider că el poate adăuga barei noi kilograme, în special, la smuls și la aruncat.*

Crește lista candidaților olimpici

Ultimele concursuri ne-au adus pe lingă satisfacția consemnării unei evoluții din ce în ce mai bune a sportivilor noștri fruntași și prilejul de a adăuga pe tabelul celor care și-au îndeplinit norma olimpică pe anul 1964 noi nume de candidați pentru întrecerile de la Tokio.

Rubrica noastră de astăzi o deschide campioana olimpică IOLANDA BALAȘ. La primul său concurs din acest sezon ea a obținut cea mai bună performanță mondială a anului, sărind 1,87 m, rezultat care depășește cu 16 cm norma olimpică pe 1964 și este superior cu 2 cm propriului ei record olimpic stabilit la Roma.

In „orașul lagunelor", la a VI-a ediție a „Cupei țărilor latine" trăgătorul ION TRIPȘA a ocupat primul loc în proba de pistol viteză cu performanța de 593 p (590 p) care reprezintă un nou record republican și una dintre cele mai bune performanțe mondiale. In cadrul aceluiași concurs de la Veneția, ION OLĂRESCU și-a realizat și el norma olimpică pe 1964 totalizînd 1156 p (1145 p) la armă liberă calibru redus 3 x 40 focuri. Rezultatul este excelent, fiind, la ora actuală, cel mai bun din lume.

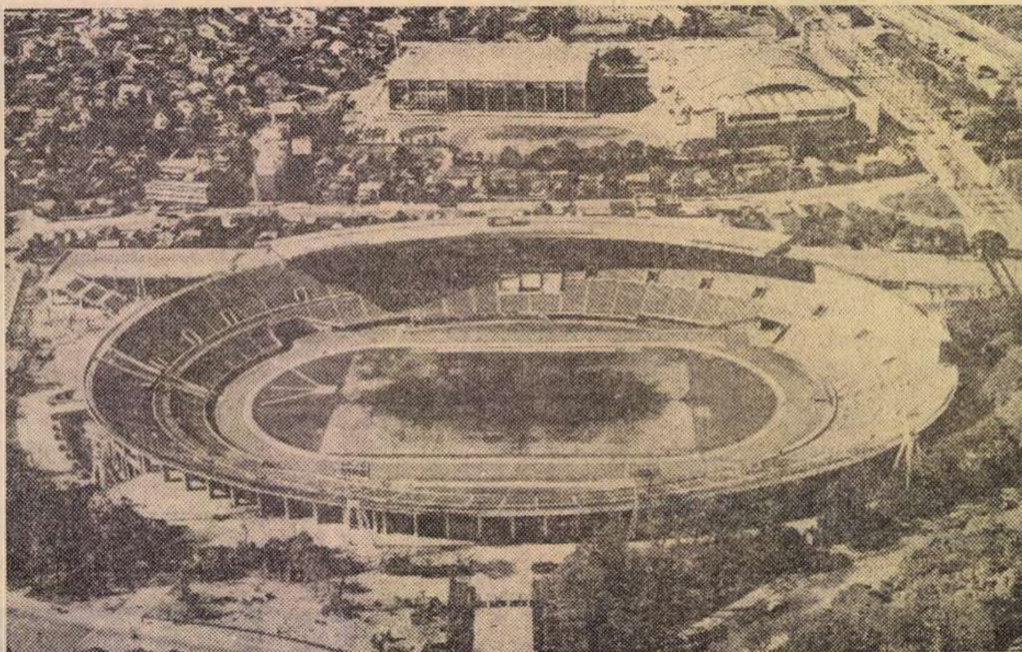
Doi dintre halterofilii fruntași și-au îndeplinit și ei normele olimpice. LAZĂR BAROGA a realizat 455 kg (445 kg) la categoria semigrea și FIȚI BALAȘ 375 kg (375 kg) la categoria ușoară.

Alți sportivi fruntași au realizat performanțe în imediata apropiere a normelor olimpice. Printre aceștia, *Iosif Sîrbu* 593 p (594 p) la armă liberă calibru redus 60 focuri culcat, atletul *Șerban Ciochină* 16,16 m (16,20 m) la triplu salt, săritorul în înălțime *Alexandru Spiridon* 2,09 m (2,12 m) etc.

Sîntem convinși că viitoarele competiții, tot mai numeroase în această perioadă, vor spori numărul celor cu normele olimpice îndeplinite. Trebuie avut însă în vedere că normele olimpice ale anului 1964 trebuie realizate cel puțin de două ori pînă la data de 15 septembrie.

Succes tuturor !

DE PRETUTINDENI



Stadionul Național din Tokio va găzdui festivitățile de deschidere și de închidere, întrecerile de atletism, „Cupa Națiunilor" la călărie și finala turneului de fotbal.

● Cel mai bun semifondist în concursurile de sală din acest an este Tom O'Hara. Din ianuarie și pînă acum el a corectat de 3 ori recordul mondial pe o milă: 3:58,5, 3:56,6 și 3:54,4. După acest ultim rezultat, obținut la Chicago, O'Hara a declarat că ar fi putut alerga mai repede, dacă ar fi avut un adversar mai bun.

● **Un grup de 22 de sportivi belgieni, candidați olimpici, printre care atleți, înotători, cicliști, au participat, în luna aprilie, la un cantonament de „oxigenerare" în localitatea Norejfell, în Norvegia, ei au pus un accent deosebit pe dezvoltarea fizică multilaterală. Recordmanul mondial** Gaston Roelants **a declarat că se simte capabil ca, în acest an, poate chiar la Tokio, să alerge 3000 m obstacole în 8:24,0. Reamintim că recordul mondial îi aparține cu 8:29,4.**

● Atleții bulgari au participat la primele întreceri în aer liber. Campionul balcanic **Evgheni Iordanov** a stabilit cu 2,08 m un nou record național la săritura în înălțime. Alte rezultate : 100 m : **Mihail Bicivarov 10,6 ; Veselin Vălov 10,7 ;** 80 mg : **Snejana Kerkova 11,0 sec.**

În fața... microfonului

Interesul deosebit cu care sînt urmărite pregătirile sportivilor noștri fruntași este oglindit nu numai de imaginea tribunelor pline de fiecare dată cînd aceștia sînt prezenți la startul întrecerilor. Amatorii de sport din țara noastră așteaptă cu nerăbdare edițiile jurnalelor de actualitate, emisiunile sportive ale televiziunii și radioului, într-un cuvînt ei doresc să afle cît mai multe despre activitatea și preocupările „olimpicilor" noștri.

În ultima vreme unii dintre sportivii fruntași au împărtășit direct gîndurile și preocupările lor iubitorilor de sport, la invitația cărora au răspuns cu bucurie, participînd la o serie de reuniuni.

I-am revăzut astfel pe cîțiva dintre candidații noștri olimpici în fața... microfonului, răspunzînd numeroaselor întrebări privind antrenamentele, valoarea adversarilor și... pronosticurile pentru marea întrecere de la Tokio. În mijlocul studenților de la I.S.E.,de la Facultatea de hidrotehnică a Inst. de Construcții, de la I.M.F. și împreună cu participanții la „Joia tineretului" organizată la Casa de cultură Mihail Eminescu, sportivi fruntași ai loturilor olimpice cum sînt Iosif Sîrbu, Ion Cernea, Mihai Grigorovici, Olga Orban-Szabo, Lia Manoliu, Sonia Iovan, Emilia Liță, Lazăr Baroga, Al. Bizim *etc. au vorbit despre munca migăloasă dar plină de satisfacții pe care o desfășoară pentru Jocurile Olimpice.*

Un prilej de împărtășire a unei experiențe bogate, un îndemn adresat tineretului de a porni cu și mai mult entuziasm pe drumul măiestriei sportive.

La Tokio — cronometraj electric la atletism — se studiază limitarea elasticității prăjinii

Ziarul parizian „l'Equipe" a publicat recent un interviu cu fostul campion olimpic *Harold Abrahams*, secretarul comisiei tehnice din federația internațională de atletism. Cu această ocazie au fost discutate trei probleme importante : *1. cronometrajul electric ; 2 calcularea rezultatelor la decatlon ; 3. prăjina supraelastică.*

La campionatele europene de la Belgrad s-a stabilit, în mod definitiv, utilizarea cronometrajului electric pentru Jocurile Olimpice de la Tokio. Rezultatele vor fi înregistrate — electric — în sutimi de secundă, dar anunțarea lor se va face ca și pînă acum în zecimi.

În ceea ce privește calcularea punctajului la decatlon — care a stîrnit o sumedenie de discuții pentru avantajul net pe care-l acordă probelor tehnice, în special prăjinii — ea se va face pe baza tabelei suedeze. H. Abrahams apreciază că și această tabelă este la fel de neechitabilă ca și cele care au precedat-o, dar pînă va fi adoptată o soluție mai convenabilă tabela suedeză va rămîne în actualitate.

Problema utilizării prăjinii supraelastice este încă foarte controversată. După părerea specialistului englez, la ora actuală — cu mai puțin de 6 luni înaintea J. O. — nu mai este timp să se ia o hotărîre. Tot ceea ce se mai poate face acum este să fie limitată, printr-un regulament special, elasticitatea acestei prăjini. În această privință specialiștii sovietici au și sugerat o serie de cifre precise relative la elasticitatea maximă a prăjinii în timpul săriturii. De asemenea, specialiștii englezi de la centrul științific de la Teddington studiază această chestiune. Nu se știe însă cînd se va lua o hotărîre definitivă în această problemă. Cu siguranță „prăjina supraelastică" va fi iarăși în centrul discuției membrilor comisiei tehnice a IAAF în ședința de la 5 octombrie, la Tokio.

POȘTA OLIMPICĂ

Studentul AD. IONESCU din București dorește să știe ce condițiuni trebuie să îndeplinească un atlet pentru a putea participa la J. O.

În primul rînd, trebuie să îndeplinească normele de selecționare în lotul olimpic al țării noastre. Apoi trebuie să realizeze și standardurile de participare la Tokio fixate de federația internațională de atletism. În această privință consiliul IAAF a stabilit următoarele : fiecare țară are dreptul să înscrie cîte un atlet la fiecare probă, indiferent de valoarea acestuia. Pentru a putea înscrie încă doi atleți (limita este de 3) toți trebuie să îndeplinească anumite standarduri în perioada 1 oct. 1963 — 30 sept. 1964. La probele de maraton și marș (20 și 50 km) pot fi înscriși cîte 3 concurenți fără nici o restricție.

Iată acum lista standardurilor olimpice : **bărbați :** 100 m — 10,4 ; 200 m — 21,0 ; 400 m — 47,0 ; 800 m — 1:48,8 ; 1500 m — 3:43,5 ; 5000 m — 14:02,0 ; 10000 m — 29:25,0 ; 110 mg — 14,2 ; 400 mg — 51,8 ; 3000 m obst. — 8:46,0 ; înălțime — 2,06 ; prăjină — 4,60 ; lungime — 7,60 ; triplu — 15,80 ; greutate — 17,80 ; disc — 55,00 ; suliță — 77,00; ciocan — 63,00 ; decatlon — 7000 p; **femei :** 100 m — 11,7 ; 200 m — 24,2 ; 400 m — 55,5; 800 m — 2:08,0; 80 mg — 11,0; lungime — 6,00; înălțime — 1,70; greutate — 15,00; disc — 50,00; suliță — 51,00; pentatlon — 4500 p.

Standardurile acestea, în majoritatea cazurilor, sînt superioare celor de la J. O. din 1960.

RODICA MUNTEANU din Cluj ne cere cîteva date asupra satului olimpic de la Tokio.

„Satul" olimpic este de fapt un autentic orășel, putînd să găzduiască circa 8000 de sportivi și sportive. El se întinde pe o suprafață de 70 de hectare și cuprinde peste 300 de case individuale de diferite mărimi, majoritatea cu cîte 2 etaje și 15 blocuri cu cîte 4 etaje. În afara locuințelor propriu-zise în satul olimpic au fost amenajate 2 restaurante cu 6 secții, unde se vor servi meniuri diferite, o serie de magazine, terenuri de antrenament, „sauna" (băi de aburi), săli de masaj, o policlinică cu mai multe servicii (chirurgie, ortopedie, oftalmologie, stomatologie etc), un club, clădirile administrației etc. Pentru că distanțele sînt destul de mari dintr-o parte în alta a satului, în zilele Olimpiadei un serviciu special de autobuze va asigura transportul „locuitorilor" acestui sat.

Satul olimpic se găsește într-o zonă verde, cu multe flori, la 2,5 km de Stadionul Național.

VASILE LAZĂR din Cugir solicită cîteva date despre pregătirile atleților japonezi pentru J. O.

Atleții japonezi, ca de altfel toți ceilalți sportivi niponi, se pregătesc cu asiduitate în vederea startului olimpic. Doi dintre ei au și obținut recent rezultate excelente: sprinterul **Hideo Iijima** a alergat 100 m în 10,3 sec. egalînd recordul național deținut de Yoshioka de acum ... 29 de ani, iar **Ikuko Yoda** a obținut 10,6 sec. pe 80 mg — record egalat, la 0,1 sec. de recordul lumii.